

ЖАСӨСПІРІМ КЕЗЕҢДЕГІ СУИЦИДТІК ӘРЕКЕТКЕ ОТБАСЫЛЫҚ ҚАТЫНАСТАРДЫҢ ЫҚПАЛЫ

Смағұл Н.Б.

БВ03101 - Психология білім бағдарламасының III курс студенті,
Х.Досмұхамедов атындағы Атырау университеті, Атырау қ, Қазақстан Республикасы
Ғылыми жетекшілері, п.ғ.к. Нұрмұқашева С.Қ., аға оқытушы, магистр Мусина Г.М.

Аңдатпа. Жасөспірімдік кезеңдегі суицидтік әрекеттер отбасылық қатынастардың маңызды ықпалын көрсетеді. Отбасының эмоционалдық қолдауының жоқтығы, ата-аналар арасындағы шиеленістер және балаларға деген назардың төмендеуі жасөспірімдердің психологиялық күйзелісін күшейтіп, суицидтік ойлар мен әрекеттердің пайда болуына себеп болуы мүмкін. Мақалада отбасылық қарым-қатынастардың сапасы, коммуникация деңгейі және эмоционалдық климаттың жасөспірімдердің психологиялық денсаулығына әсері қарастырылады. Сонымен бірге, суицидтік мінез-құлықтың алдын алу үшін отбасыдағы қолдау жүйесін нығайту шаралары ұсынылады. Зерттеу нәтижелері жасөспірімдердің психикалық саулығын сақтау және суицидтің алдын алу бағытында отбасылық терапия және әлеуметтік қолдау механизмдерінің маңыздылығын айқындайды.

Кілт сөздер: жасөспірім, суицид, отбасы қатынастары, психологиялық қолдау.

Жасөспірімдер арасындағы суицидтік мінез-құлық - біздің заманымыздың ең өзекті әлеуметтік және психологиялық мәселелерінің бірі. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының мәліметтері бойынша, суицид 15-25 жас аралығындағылар арасында өлімнің екінші негізгі себебі болып табылады. Бұл алаңдатарлық статистика жастардағы суицидтік ойлар мен мінез-құлыққа ықпал ететін факторларды мұқият зерттеу қажеттілігін көрсетеді. Отбасылық қарым-қатынас жасөспірімдердің психикалық денсаулығына айтарлықтай әсер ететін негізгі фактор болып табылады. Отбасы, негізгі әлеуметтік бірлік ретінде, тұлғаның дамуында, сондай-ақ баланың эмоционалдық әл-ауқаты мен психоэмоционалдық жағдайының дамуында шешуші рөл атқарады. Ата-аналар мен балалар арасындағы, сондай-ақ тұтастай алғанда отбасы мүшелері арасындағы өзара әрекеттесу суицидтік мінез-құлықты қоса алғанда, психикалық денсаулық проблемаларының дамуына ықпал етуі де, кедергі келтіруі де мүмкін. Жасөспірім өсетін отбасылық орта оның эмоционалдық жағдайын, өзін-өзі бағалауын және өмірлік қиындықтармен күресу қабілетін анықтайды. Отбасылық өмірдің теріс аспектілері, мысалы, эмоционалдық немесе физикалық зорлық-зомбылық, немқұрайдылық, қолдау мен түсіністіктің болмауы, жасөспірімдерде үмітсіздік пен жалғыздық сезімін тудыруы мүмкін. Сонымен қатар, сенімге, құрметке және қолдауға негізделген оң отбасылық қарым-қатынастар қорғаныс факторы ретінде қызмет ете алады, стресске төзімділікті арттырады және психикалық денсаулықты нығайтады. Сондықтан, отбасылық ортаның жасөспірімдердің психикалық денсаулығына әсерін зерттеу психология мен әлеуметтанудағы өзекті және маңызды зерттеу саласы болып табылады.

Балалар мен жасөспірімдер әлі күнге дейін өлімнің қайтымсыздығын нашар түсінеді; олардың өмірлік тәжірибесі өмір мен өлім арасындағы шекараны түсіну үшін жеткіліксіз. Олардың «Мен өлгенде, бәрі мені аяйды және маған енді бұлай қарамайды» деген сияқты нәрселерді армандайтынын есту жиі кездеседі. Басқаша айтқанда, бала суицидтің өмірінің соңғы нүктесі екенін түсінбейді және енді қамқорлық жасамайтынын түсінбейді. Балалар мен жасөспірімдердің суицидтері ересектердің суицидтерінен түбегейлі ерекшеленеді. Балалар әлі өмірдің құндылығын түсінбейді және тиісінше, өлімнен қорқу сезімі жоқ.

Суицидтің негізгі себебі - отбасылық орта - жағдайлардың 92%-ы отбасындағы жағдайдың бұзылуымен байланысты. Дегенмен, суицидке бейім балалар дисфункционалды отбасылардан шығады деген қате түсінік. Орташа және тіпті жоғары табысты отбасылардан

шыққан, жақсы көрінетін балалардың суицидке баруы ықтималдығы жоғары екені ұзақ уақыт бойы байқалды. Олар ақылды, көп оқыған, әсерленгіш және кейде өте эмоционалды. Дисфункционалды отбасылардан шыққан балалар, әдетте, жоғары психологиялық төзімділікке ие. Дегенмен, кейде тіпті олардың да басына түскен бұл әлемнің барлық кемшіліктеріне төтеп беруге күші жетпейді. Баланың психикасы соншалықты осал, олар ата-аналарымен қақтығыс салдарынан асылып қалуы немесе мұғалімдер бөлмесіндегі дәрістен кейін терезеден секіріп кетуі мүмкін.

Суицид туралы ойланатын балалардың 80%-ы өз ниетін басқаларға алдын ала хабарлайды. Олардың қарым-қатынас әдістері нәзік болуы мүмкін, сондықтан оларды дұрыс есту және түсіну өте маңызды. Суицид туралы ойланатын адамдар көбінесе өлім, өздерінің пайдасыздығы, дәрменсіздігі, үмітсіз жағдайлары туралы айтады және фильмдер мен романдарда суицид көріністерін айтады. Мұндай мәлімдемелер әдетте суицид әрекетінен бұрын бірден айтылады. Танысының немесе туысының, сондай-ақ танымал адамның суицид жасауы жасөспірімдерде суицид қаупін айтарлықтай арттырады.

Отбасылық ортаның жасөспірімдердің психикалық денсаулығына әсері психология мен әлеуметтануда зерттелетін негізгі тақырып болып табылады. Отбасы, алғашқы және ең маңызды әлеуметтік топ ретінде, жасөспірімнің жеке басын, эмоционалдық жағдайын және психикалық денсаулығын қалыптастыруда маңызды рөл атқарады. Отбасылық қарым-қатынастың ерекшеліктері, ата-ана болу стилі, эмоционалдық қолдау және отбасы мүшелері арасындағы өзара әрекеттесу жасөспірімнің психикалық жағдайына оң және теріс әсер етуі мүмкін. Жасөспірім шақ физикалық және психологиялық тұрғыдан маңызды өзгерістер кезеңі екенін атап өту маңызды. Бұл кезеңде жасөспірімдер өзін-өзі сезіне бастайды және өзіндік құндылықтары мен сенімдерін дамытады, бұл оларды отбасылық қарым-қатынастарды қоса алғанда, сыртқы факторлардың әсеріне әсіресе осал етеді.

Жасөспірім өсетін отбасылық орта қолдаушы да, деструктивті де болуы мүмкін. Махаббат, түсіністік және құрмет атмосферасы басым болатын қолдаушы отбасы өзіне деген сенімділікті, өмірге оң көзқарасты және салауатты тұлғааралық қарым-қатынасты дамытады. Мұндай отбасыларда жасөспірімдер өздерін қорғалған сезінеді және өз тәжірибелері мен мәселелерін ашық талқылай алады. Бұл өз кезегінде психикалық бұзылулар мен суицидтік мінез-құлық қаупін азайтады. Керісінше, жанжал, зорлық-зомбылық, немқұрайлылық немесе эмоционалдық суықтықпен сипатталатын қолайсыз отбасылық орта депрессия, мазасыздық бұзылыстары және төтенше жағдайларда суицидтік бейімділік сияқты әртүрлі психикалық аурулардың дамуына әкелуі мүмкін. Ата-аналар жасөспірімдердің психикалық жағдайын қалыптастыруда маңызды рөл атқарады. Олардың ата-аналық стилі, баланың өміріне қатысу деңгейі және эмпатия қабілеті жасөспірімнің эмоционалдық дамуына айтарлықтай әсер етеді. Мысалы, қатаң ережелермен және эмоционалдық қолдаудың болмауымен сипатталатын авторитарлық ата-аналық стиль жасөспірімдердің депрессияға және сенімсіздікке ұшырауына әкелуі мүмкін. Мұндай жағдайларда олар өзін-өзі төмен бағалауды дамыта алады, бұл өз кезегінде депрессия мен суицидтік мінез-құлық қаупін арттырады. Керісінше, талапшылдық пен қолдауды біріктіретін авторитарлық ата-аналық стиль жасөспірімдерде жауапкершілік сезімін және өзіне деген сенімділікті қалыптастырады. Мұндай ата-аналар балаларымен сенімді қарым-қатынас орната алады, бұл жасөспірімдерге өз тәжірибелері мен проблемаларын ашық бөлісуге және қиын кезеңдерде көмек сұрауға мүмкіндік береді.

Ата-аналардың эмоционалдық қолдауы да жасөспірімдердің психикалық денсаулығына әсер ететін маңызды фактор болып табылады. Бұл қолдау баланың өміріне белсенді қатысудан бастап, мәселелерді шешуге көмектесуге дейін әртүрлі формада болуы мүмкін. Ата-аналарының қолдауын сезінетін жасөспірімдер депрессияға аз бейім және сәтті әлеуметтену мүмкіндігі жоғары. Ата-аналардың балаларының эмоционалдық жағдайына мұқият болуы, олардың мінез-құлқы мен көңіл-күйіндегі өзгерістерді байқауы және қажет болған жағдайда көмек көрсетуі маңызды. Өкінішке орай, көптеген ата-аналар балаларының эмоционалдық проблемаларының белгілерін әрқашан тани алмайды, бұл жағдайдың нашарлауына және ауыр психикалық бұзылулардың дамуына әкелуі мүмкін. Сонымен қатар,

отбасылық қақтығыстар мен ата-аналар арасындағы шиеленіскен қарым-қатынас жасөспірімдердің психикалық денсаулығына айтарлықтай әсер етуі мүмкін. Жиі дау-дамай болатын отбасыларда өсетін балалар айтарлықтай стрессті бастан кешіруі мүмкін, бұл олардың эмоционалдық әл-ауқатына кері әсер етеді. Олар эмоционалдық немесе физикалық зорлық-зомбылықтың куәсі болуы немесе тіпті құрбаны болуы мүмкін, бұл кейінірек әртүрлі психикалық бұзылулардың және суицидтік бейімділіктің дамуына әкелуі мүмкін. Мұндай жағдайларда жасөспірімдер өздерін оқшауланған және дәрменсіз сезінуі мүмкін, бұл олардың мазасыздығы мен депрессиясын күшейтеді.

Суицидтік ойлардың дамуына ықпал ететін кейбір факторларға мыналар жатады:

Отбасындағы қолайсыз орта. Егер бала ата-анасының орынсыз мінез-құлқы мен қақтығыстарын көрсе, оларда өзін кемсітушілік, ұят және қорқыныш сезімдері пайда болуы мүмкін. Мұндай жағдайға ұзақ уақыт бойы ұшырау депрессияға, мазасыздыққа және суицидтік мінез-құлыққа әкелуі мүмкін.

Ата-аналардың эмоционалдық суықтылығы. Егер ересектер жасөспірімнің эмоционалдық жағдайына қызығушылық танытпаса және олардың мәселелерін ескермесе, олар өздерін жалғыз және маңызды емес сезінеді.

Ата-аналардың балаларына деген теріс көзқарасы. Физикалық және эмоционалдық зорлық-зомбылық өзін-өзі төмен бағалауға және психикалық денсаулықтың нашарлауына әкеледі.

Жасөспірімдерде суицидтік мінез-құлықтың алдын алу үшін қауіпсіз және қолдаушы отбасылық ортаны құру маңызды. Ата-аналар балаларына көңіл бөлуі, сүйіспеншілік пен қолдау көрсетуі, ашық қарым-қатынас пен мәселелерді талқылау үшін жағдай жасауы керек.

Қорытындылай келе, Отбасылық ортаның жасөспірімдердің психикалық денсаулығына әсері біркелкі емес екенін атап өту маңызды. Әрбір жасөспірім ерекше және бірдей жағдайларға әртүрлі реакция жасауы мүмкін. Кейбір балалар төзімділік танытып, қиын жағдайлармен күресудің жолдарын табуы мүмкін, ал басқалары күрделі қиындықтарға тап болуы мүмкін. Сонымен қатар, жасөспірімдердің психикалық денсаулығына тек отбасылық қарым-қатынастар ғана емес, сонымен қатар әлеуметтік орта, стресс деңгейі, физиологиялық өзгерістер және жеке тұлғалық қасиеттер сияқты басқа да факторлар әсер етеді. Осылайша, отбасылық орта және жасөспірімнің өміріндегі ата-ананың рөлі олардың психикалық денсаулығын қалыптастыруда маңызды рөл атқарады деген қорытынды жасауға болады. Қолдау көрсететін және сүйіспеншілікке толы отбасы жасөспірімге қиын кезеңдерде сенімді негіз бола алады, ал қолайсыз отбасылық қарым-қатынастар күрделі эмоционалдық мәселелерге және суицидтік мінез-құлыққа әкелуі мүмкін. Ата-аналар балаларының эмоционалдық әл-ауқаты үшін жауапкершіліктерін мойындауы және жасөспірімдерге өмірдің қиындықтарын сәтті жеңуге көмектесетін отбасында қолдаушы және түсіністік атмосферасын құруға тырысуы керек.

ҚОЛДАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ:

1. Амбрумова А. Г. Суицид психологиясы /Әлеуметтік және клиникалық психиатрия. / А.Г.Амбрумова // – 2020 – 6-том - № 4. – 14-19 б.

2. Антонова А.А. Суицидтік мінез-құлықтың даму қауіп факторлары / А.А.Антонова, Е.В.Бачило, Ю.Б.Барылник //Саратов ғылыми-медициналық журналы. – 2021. – 8-том. – № 2. – Б. 403-409.

3. Бонкало Т.И. Суицидальное поведение: дайджест [Электронный ресурс]/ Т.И.Бонкало, О.Б.Полякова. – Электрон. текстовые дан. – М.: ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ», 2024. – URL:<https://niioz.ru/moskovskaya-meditsina/izdaniya-nii/daydzhest-meditsinskiy-turizm-iekSPORT-meditsinskikh-uslug/> – 87 с.

4. Джайнакбаев Н.Т., Ешимбетова С.З., Рахменшеев С.К., Жолдыбаева Ж.С., Худаир Ж.Р. «Превенция суицидов у лиц подросткового возраста в системе общеобразовательных и средне-специальных учебных заведений». Учебнометодическое пособие. - Алматы, 2021, 61 с.

5. Калинина Н.В., Игумнов С.А., Ефимова О.И., Коренский Н.В. Работа с родителями обучающихся образовательных организаций по проведению профилактической деятельности с несовершеннолетними, склонными к суицидальному поведению. Методические рекомендации для педагогов-психологов и социальных педагогов образовательных организаций. М.: ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2018. - 38 с.

6. Daniel Augusto da Silva, João Fernando Marcolan, The impact of family relationships in the suicidal behavior. Research, Society and Development, v. 10, n.2, e17310212349, 2021. (<https://www.rsdjournal.org/rsd/article/view/12349/11109>).

7. Family Factors Related to Suicidal Behavior in Adolescents. Alvarez-Subiela X, et al. Int J Environ Res Public Health. 2022. PMID: 36011528. (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36011528/>).